

# Der Coaching-Boom

Beigesteuert von Karin Nachbar

Coaching boomt. Wie schon in den USA zu beobachten, zeichnet sich auch hierzulande in der Gesellschaft ein immer größer werdender Bedarf an Beratung und Unterstützung bei Problemlösungen in beruflichen und privaten Lebensbereichen ab.

Coaching boomt. Wie schon in den USA zu beobachten, zeichnet sich auch hierzulande in der Gesellschaft ein immer größer werdender Bedarf an Beratung und Unterstützung bei Problemlösungen in beruflichen und privaten Lebensbereichen ab. Auch in unserer Beratungsstelle gehen seit ein paar Jahren zunehmend Anfragen zum Bereich "Coaching" ein. Im Jahr 2008 wurden zum Thema "Coaching" insgesamt 33 Anfragen gezählt, davon waren 17 intensive Beratungen. Dabei handelt es sich zum einen um Anfragen von direkt Betroffenen. Menschen, die überlegen, ein Coaching-Seminar zu besuchen und sich nicht sicher bei der Wahl des Anbieters sind. Oder Menschen, die nach einer Werbeveranstaltung bzw. einem "Schnupperkurs" noch Zweifel haben, ob das ausgewählte Angebot für sie passt. Manche möchten auch einfach geprüft haben, ob die Anbieter bekannte Anhänger einer religiösen oder weltanschaulichen Gruppierung oder Psychogruppe sind. Zudem erleben einige Betroffene nach dem Besuch eines Persönlichkeits-Coachings "Nachwirkungen" in Form von Verunsicherungsgefühlen, innerer Leere oder Zweifeln und wollen diese klären.

Zum anderen wenden sich Angehörige von Betroffenen an uns, die bei ihren Lebenspartnerinnen/ Lebenspartnern, Familienangehörigen, Freunden oder Berufskollegen nach dem Besuch einer Coaching-Veranstaltung Veränderungen bemerken, die sie mehr oder weniger beunruhigen bzw. irritieren. Manchmal erleben diese Angehörigen die Betroffenen "wie ausgetauscht", stark missionierend für den Coaching-Anbieter oder als zu gutgläubige, unkritische oder euphorische Menschen. Sie erleben nach dem Coaching plötzlich Eigenschaften oder Verhaltensweisen bei den Angehörigen, die in ihren Augen sonst gar nicht deren Wesensart entsprechen. Manche beobachten eine Art Abhängigkeit bei ihren Angehörigen - es besteht der Wunsch nach immer mehr Seminaren des Anbieters, wobei viele aufgrund der Kosten hier bald an ihre finanziellen Grenzen geraten. Im Extremfall kommt es zum Streit: Lebenspartnerschaften trennen sich, Kollegen gehen auf Distanz, Eltern verstehen ihre erwachsenen Kinder nicht mehr, Freunde ziehen sich zurück.

Die dritte Art von Anfragen kommt von Firmen bzw. Firmenbeauftragten, die Coaching-Angebote nutzen möchten, aber aufgrund der unklaren Prüfkriterien nicht wissen, welches Coaching für die eigenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geeignet bzw. ungeeignet ist. Oder es wurde ein bestimmtes Angebot bereits als unpassend erlebt und die Firma hat für weitere Richtlinien oder Maßnahmen nachträglich zu recherchieren begonnen.

Was ist Coaching? Laut Schmidt-Lellek (2007, S. 207) handelt es sich bei Coaching im engeren Sinn um ein Beratungsverfahren, in dem schwerpunktmäßig Probleme der Arbeitswelt thematisiert werden. Sichtet man die aktuelle Literatur, finden sich eine Reihe von Definitionskriterien für die Begriffe "Coaching" und "Coach":

- neutraler Berater, Sparringspartner, Anregung zur Selbstreflexion, Lebenshilfe und Ich-Engineering (Werle, 2007, Teil 1)

- Spannungsbogen zwischen intimen, persönlichen Fragestellungen aus dem Bereich der Psychotherapie und institutionellen Dynamiken am Arbeitsplatz aus dem Bereich der Organisationsberatung (Schmidt-Lellek, 2007, S. 207)

- Schnittstelle zur Thematisierung der Wechselwirkung von Person und Institution (Schmidt-Lellek, 2007, S. 207)

- ergebnis- und lösungsorientierte Beratungsform mit dem Ziel des Erhalts und der Steigerung von Leistungsfähigkeit (Deutscher Bundesverband Coaching e.V. DBVC)

- Kombination aus individueller Unterstützung zur Bewältigung verschiedener Anliegen und persönlicher Beratung (Deutscher Bundesverband Coaching e.V. DBVC) Der Deutsche Bundesverband Coaching e.V. (DBVC) grenzt zudem Coaching von Psychotherapie, Beratung, Training und Mentoring ab.

Die Gründe, warum Menschen ein Coaching aufsuchen sind vielfältig: Manche möchten die Karriere ankurbeln, manche wollen sachbezogen und zukunftsorientiert Probleme bearbeiten, manche möchten ihre Persönlichkeit oder ihre Kompetenzen entwickeln, manche wünschen Unterstützung bei Unsicherheiten aufgrund schneller gesellschaftlicher, familiärer und/oder beruflicher Veränderungen, manche haben Angst sonst eine Chance zu verpassen. In den meisten Fällen erscheint Coaching unverfänglicher als Psychotherapie - es besteht im Kollegen- und Freundeskreis weniger die Gefahr mit dem Stigma "psychisch krank" belegt zu werden.

So vielfältig wie die Eingangsmotivationen des Kundenkreises sind auch die Inhalte von Coaching-Angeboten: Organisationsberatung, Persönlichkeitsberatung, Persönlichkeitsentwicklung, Erfolg, Geld, Glück, Gesundheit, Liebe, Partnerschaft, Wohlstand, Arbeit, Personalentwicklung, Sinnfindung, Bearbeitung innerer und äußerer Konflikte, Vergänglichkeit, Selbst, Sein, Wandel, spirituelles Wachstum - dies alles können Themen in Coaching-Seminaren sein.

Bereits an dieser Stelle wird deutlich, dass es gar nicht so einfach wird, Kundenwünsche auf der einen Seite und Angebote auf der anderen Seite in Passung zu bringen.

Wer bietet Coaching an und für wen ist Coaching geeignet? 1999 trat das Psychotherapeutengesetz (PsychThG) in Kraft, welches die Ausübung von Psychotherapie im Sinne eines Heilverfahrens auf die Berufsgruppen der Ärzte und Psychologen und im Kinder- und Jugendbereich zusätzlich auf die Gruppe der Pädagogen in Verbindung mit einer nach dem Gesetz anerkannten Zusatzausbildung im verhaltenstherapeutischen oder tiefenpsychologischen Bereich beschränkte. Wer die Anforderungen des Gesetzes erfüllt, erhält per Antrag die staatliche Anerkennung - die sogenannte Approbation - und darf den Titel „Psychotherapeut“ bzw. „Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut“ führen. Damit drängten viele Anbieter des Psychomarktes in den Coachingbereich, die die Anforderungen des Psychotherapeutengesetzes nicht erfüllen wollten oder konnten (Schmidt-Lellek 2007, S.207).

Der Deutsche Bundesverband Coaching e.V. (DBVC) weist zudem auf eine wichtige Einschränkung hin, wer Adressat für Coaching ist und wer nicht:

„Im Gegensatz zur Psychotherapie, richtet sich Coaching an „gesunde“ Personen und widmet sich vorwiegend den Problemen, die aus der Berufsrolle heraus entstehen, die ohne entsprechendes Fachwissen des Coaches nicht bearbeitet werden können. Psychische Erkrankungen, Abhängigkeitserkrankungen oder andere Beeinträchtigungen der Selbststeuerungsfähigkeit gehören ausschließlich in das Aufgabenfeld entsprechend ausgebildeter Psychotherapeuten, Ärzte und medizinischer Einrichtungen.“

Bei der Suche nach einem Coach ist folgendes zu bedenken: Die Begriffe „Coaching“ bzw. „Coach“ sind nicht geschützt. Das bedeutet, dass sich jeder damit schmücken darf, ohne Vorliegen einer bestimmten Qualifikation (Werle, 2007, Teil 2). Neben gut qualifizierten Anbietern zumeist aus den Fachgebieten der Psychologie, der Wirtschaft, der Soziologie etc. und neben wissenschaftlich konzipierten Angeboten zur beruflichen und persönlichen Weiterentwicklung, befinden sich leider auch solche darunter, die im besten Fall dem Kundenkreis wenig Nutzen bringen, im schlimmsten Fall sogar finanziellen und psychischen Schaden zufügen.

Trotz der Einschränkung, dass Coaching keine Psychotherapie darstellt, kommen in Coaching-Seminaren viele Methoden mit psychologischem und psychotherapeutischem Hintergrund zum Einsatz. Zudem finden auch teilweise weltanschauliche, spirituelle, energetische und esoterische Methoden ihre Anwendung.

Die potentiell schädlichen Angebote oder Anbieter von den hilfreichen zu trennen fällt leider schwer, da es kaum verbindliche Kriterien zur Unterscheidung gibt. Werle (2007, Teil 2) berichtet von einem Wirrwarr an Qualitätsstandards, welcher zum Missbrauch geradezu einlädt. Nur jeder Zehnte der rund 35.000 Coaching-Anbieter in Deutschland scheint ein kompetenter Business-Coach zu sein (Werle, 2007, Teil 3). Zudem existieren mehr als 300 Anbieter von Ausbildungen zum Coach auf dem Markt und ca. 20 Coaching-Verbände, die alle eigene Standards aufstellen und eigene Zertifikate vergeben (Werle, 2007, Teil 4 und Teil 5). Daher sind die rhetorisch und optisch meist gut präsentierten pseudowissenschaftlichen Coaching-Konzepte nicht einfach als solche für die potentiellen Kundinnen und Kunden zu durchschauen (Werle, 2007, Teil 8).

Unserer Erfahrung nach wird ein Manko an Wissenschaftlichkeit und fachlicher Kompetenz oft mit persönlicher Ansprache und Betreuung der Interessenten, freundlicher Hartnäckigkeit und scheinbar empathischer Anknüpfung an die Bedürfnisse und Lebenslagen der zukünftigen Kundinnen und Kunden überspielt. Dafür werden in der Regel sogenannte Assistenten genutzt - zumeist zahlende „Anhänger“ oder „Fans“ der jeweiligen Anbieter. Eine weitere Qualifikation außer der, den Kurs selbst durchlaufen zu haben, wird von den Assistenten meist nicht verlangt. Diese bieten sich den „Neuen“ als Gesprächspartner, als gute Freundin/guter Freund an - und manchmal später als neue/r Lebenspartnerin/Lebenspartner. So wird versucht, über das Knüpfen von persönlichen Kontakten die Anbindung an den Coaching-Anbieter zu vertiefen. Eine solche Vermischung von privatem Kontakt und fachlicher Hilfe ist in der Psychotherapie gar nicht erlaubt und sollte als Warnzeichen für eine Überschreitung der professionellen Grenze des Coaching-Angebotes gewertet werden.

Kriterien zur Beurteilung von Coaching-Angeboten: Wie finde ich das zu mir passende Angebot? Falls Sie ein Coaching für sich in Erwägung ziehen, wäre es sinnvoll zu klären, was Ihr Anliegen an den Coach ist: Was möchten Sie mit dessen Unterstützung erreichen? Was ist Ihr persönliches Ziel? Wo möchten Sie nach dem Coaching angekommen sein? Und: Woran können Sie erkennen, dass Sie Ihr Ziel erreicht haben? Die Klärung dieser Fragen ist eine erste Etappe, um passende Angebote auswählen und unpassende ablehnen zu können.

Generell ist Vorsicht geboten bei den &bdquo;Eierlegendenwollmilchsäuen&ldquo; unter den Coaching-Programmen: &bdquo;Unser Coaching-Konzept ist passend für jedermann und jederfrau von acht bis 80 - unabhängig von persönlicher Lebenssituation, persönlichem Bildungsstand und beruflicher Ausrichtung der Teilnehmenden und verhilft ihnen rundum zu Lebensglück, Selbstfindung und zum beruflichen Erfolg.&ldquo; Ein solch unspezifisches Konzept ist im günstigsten Falle rausgeworfenes Geld und verschwendete Lebenszeit.

Für ein berufliches Coaching sollten die Angebote auf den Arbeitsbereich des Kunden spezifiziert sein. Wenn zudem der Coach die entsprechende Branche in Grundzügen kennt und über brancherelevante Qualifikationen verfügt, kann dies zuträglich für das Coaching-Konzept sein.

Für den Bereich des persönlichen Coachings scheint zudem eine Ausbildung des Coaches im Fachgebiet der Psychologie bzw. in anerkannten Beratungs- und/oder Therapiemethoden förderlich zu sein. Dies kann neben den gesetzlich anerkannten Methoden der Verhaltenstherapie und Tiefenpsychologie auch eine Ausbildung aus dem Bereich der Gesprächspsychotherapie, der Systemischen Beratung und Therapie oder der Familientherapie, der Hypnotherapie, der Gestalttherapie, des Psychodramas usw. sein (Franke 1991, Nestmann & Engel & Sickendiek 2004 a & 2004 b). Ein guter Persönlichkeits-Coach sollte seine eigenen Grenzen erkennen können: Bei welchen persönlichen Fragestellungen ist Coaching allein nicht mehr ausreichend? Wann sollte bei auftretenden Belastungen oder Problemen ggf. ein Arzt oder Psychotherapeut empfohlen oder zu Rate gezogen werden?

Zudem sollte man weitere Kriterien beachten:

- Fühlen Sie sich - wenn auch freundlich - &bdquo;genötigt&ldquo;, direkt bei der Ankunft zu einer Werbe- oder Probeveranstaltung Ihre Adress-, Telefon- und/oder Maildaten zu hinterlegen?

- Können die Coaching-Anbieter die Wissenschaftlichkeit ihrer Konzepte durch Veröffentlichungen in Fachzeitschriften und/oder Wirksamkeitsstudien belegen?

- Wie reagieren die Coaching-Anbieter und deren Assistenten auf kritische Fragen?

- Über welche beruflichen Abschlüsse und Qualifikationen verfügen die Coaching-Anbieter? Wie anerkannt sind diese Abschlüsse und Qualifikationen und wie sind sie belegt?

- Präsentieren sich die Coaching-Anbieter und deren Assistenten vor allem als rundum beruflich erfolgreich, privat glücklich und in harmonischer Partnerschaft? Erfüllende Hobbys, privates Glück, beruflicher Erfolg und spirituelle Erfahrungen mögen zwar interessant, bereichernd und durchaus zuträglich sein, reichen allerdings nicht als alleinige Qualifikation zum Coach aus.

- Finden häufig Trennungen von Ehen bzw. Partnerschaften unter den Kundinnen und Kunden statt oder bahnen sich im Kundenkreis viele Partnerschaften neu an? Finden sich Hinweise auf solche Ereignisse? Falls ein Coach sexuelle oder freundschaftliche Beziehungen zu Kundinnen und Kunden eingeht, sollte das - wie in anderen (psycho-)therapeutischen und beraterischen Settings ebenfalls - als klares Warnzeichen für eine Überschreitung der professionellen Rolle als Coach gewertet werden!

- Werden Ihr Sexleben oder ähnlich persönliche Lebensbereiche erfragt? Werden Ihre Antworten aufgezeichnet, in einer Akte o.ä. niedergelegt? Und falls ja, wer hat Zugriff auf diese Daten? Besteht eine Verschwiegenheitsverpflichtung seitens des Coaches und der Assistenten? In beraterischen und (psycho-)therapeutischen Settings besteht über derartige persönliche Daten generell eine Schweigepflicht für bestimmte Berufsgruppen (§ 203 StGB, Verletzung von Privatgeheimnissen). Für den Coachingbereich existiert keine gesonderte gesetzliche Schweigepflichtregelung. Für die Berufsgruppen der Ärzte, Psychologen und Sozialpädagogen/Sozialarbeiter u.a. besteht zwar auch als Coach die generelle berufliche Schweigepflicht - allerdings gehören viele als Coach tätige Personen oder deren Assistenten nicht zu diesen Berufsgruppen.

- Gibt es andererseits einer Art &bdquo;Geheimhaltungs-Codex&ldquo; für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Coachings?

- Wird darauf hingewiesen, dass Coaching bzw. einzelne Übungen der Programme (psychisch) belastend sein können? Werden klare Bedingungen genannt, bei deren Vorliegen man von der Teilnahme am Coaching absehen sollte? Beispielsweise somatische oder psychische Erkrankungen, Lebenskrisen, (starke) persönliche Belastungen?

- Darf ich, wenn es mir während des Coachings schlecht geht, meine Partnerin/meinen Partner, meine Familie oder

Freunde meiner Wahl kontaktieren - oder muss ich dazu erst mal mit jemanden aus dem Coaching-Team sprechen bzw. jemanden um Erlaubnis fragen?

- Darf ich die Teilnahme an Sitzungen oder einzelnen Übungen ablehnen - auch ohne Begründung?

- Gibt es während des Coaching-Seminars genügend Pausen und bei Unterbringung im Hotel, Seminarhaus etc. ausreichend private Rückzugsmöglichkeiten? Werden acht bis neun Unterrichtsstunden pro Tag nicht überschritten? Zudem können bei der Entscheidung für oder gegen ein Coaching-Angebot auch die bereits vom Sekten-Info Nordrhein-Westfalen e.V. formulierten Kriterien zur Beurteilung von Seminaranbietern aus dem Management-, Psycho- und Esoterikbereich herangezogen werden. Diese können über die Homepage <http://sekten-info-nrw.de> unter der Rubrik [Berichte](#); bzw. [Checklisten](#); abgerufen werden.

Coaching kann und soll spannend sein und persönlich und beruflich unterstützen. Dazu sollte man jedoch bereits im Vorfeld die Angebote und Anbieter hinterfragen. Die oben genannten Kriterien weisen dabei auf kritische Punkte hin.

Zudem sollte man sich immer fragen, was für einen selbst attraktiv ist - wie und womit könnte mich ein Anbieter ködern? Ist es das Gruppenerlebnis? Was fehlt mir oder was wünsche ich mir für mein Leben? Wird mir das - wenn auch nur implizit - durch die Teilnahme am Coaching versprochen? Jeder Mensch hat Wünsche oder Bedürfnisse, für die er ansprechbar oder [verführbar](#); ist. Und die meisten Coaching-Anbieter sind wahre Verkaufsprofis, diese herauszufinden und zu bedienen.

Erfolg im Beruf und privates Glück sind Dinge, die wir uns alle wünschen. Und wir können selbst viel dazu beitragen, diese zu erreichen. Dabei kann ein gutes Coaching hilfreich sein. Allerdings stoßen wir gelegentlich an Grenzen, die auch durch gutes Coaching nicht ausgehebelt oder verändert werden können. Hier können ggf. andere Maßnahmen hilfreich sein, wie z.B. psychosoziale Beratung oder Psychotherapie. Aber auch das Erkennen und Akzeptieren dieser Grenzen ist wichtig, um sich mit ihnen zu versöhnen oder gut zu arrangieren.

#### Literatur:

- Franke, A. (1991). Die Regeln fachlichen Könnens in der Beratung. Gutachten im Auftrag des Ministers für Arbeit, Gesundheit und Soziales. Düsseldorf: MAGS.
- Nestmann, F., Engel, F. & Sickendiek, U. (Hrsg., 2004 a). Das Handbuch der Beratung. Band 1: Disziplinen und Zugänge. Tübingen: DGVT.
- Nestmann, F., Engel, F. & Sickendiek, U. (Hrsg., 2004 b). Das Handbuch der Beratung. Band 2: Ansätze, Methoden und Felder. Tübingen: DGVT.
- Schmidt-Lellek, C.J. (2007). Zwischen Intimität und Institution: Psychotherapie, Coaching und Organisationsberatung. In Psychotherapie im Dialog, 7. Jg. (3), 207-212.
- Werle, K. (2007). Coaching - Die Stunde der Scharlatane/ Teil 1 bis Teil 9.
- In [manager-magazin.de](http://manager-magazin.de), Heft 3, unter
- <http://www.manager-magazin.de/magazin/artikel/0,2828,467628,00.html> am 17.12.2008.